|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 22.1. – 26.1.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | VARIVO OD GRAŠKA I POVRĆA S NJOKIMA , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, VOĆE | 74.5 | 11.9 | 10.4 | 445 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Soja(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNE** | ČOKOLADNI NAMAZ NA KRUHU , VOĆE , MLIJEKO  | 49.0 | 12.6 | 15.8 | 391 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Kikiriki(T), Sezam(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | TJESTENINA S MIJEŠANIM MLJEVENIM MESOM , SALATA KRASTAVCI KISELI , VOĆE  | 57.6 | 17.6 | 15.3 | 441 | Gluten(S), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(S) |
| **POPODNE** | GULAŠ OD SVINJETINE SA PALENTOM , VOĆE | 50.4 | 13.5 | 11.1 | 351 | Gluten(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | ZELENA SALATA S MRKVOM , RIŽOTO POVRĆE, SLANUTAK I PILETINA , VOĆE | 61.3 | 15.1 | 15.1 | 442 | Celer(S) |
| **POPODNE** | SENDVIČ S AJVAROM, ŠUNKOM I SIROM , KEFIR , VOĆE | 47.6 | 17.4 | 12.8 | 374 | Celer(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S) |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | KUHANA PILETINA, KUHANI KRUMPIR, POVRĆE ZA FRANCUSKU , SALATA KRASTAVCI SVJEŽI , VOĆE | 55.7 | 17.1 | 18.6 | 444 | Celer(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | TJESTENINA S PURETINOM I KORJENASTIM POVRĆEM , ZELENA SALATA , VOĆE | 48.1 | 15.7 | 13.1 | 376 | Gluten(S), Jaja(T), Celer(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **PETAK** | **UJUTRO** | VARIVO OD PORILUKA , ŠKOLSKI KRUH ŠNITA I POL, VOĆE | 68.5 | 11.6 | 12.9 | 434 | Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNE** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE , VOĆE | 59.5 | 11.6 | 8.1 | 361 | Gluten(S), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(S), Laktoza(S) |